مقاله تحقیقی

مجله سلامت و سالمندی خزر، دانشکده پرستاری مامایی فاطمه زهرا (س) رامسر دوره چهارم، شماره ۱، بهار و تابستان ۱۳۹۸، صفحه ۷۳-۶۶

ارتباط فعالیت‌های مشترک با هم‌زمانی قاعدگی در دانشجویان ساکن خوابگاه

شیوا سره (MD)[۱]، ویدا شفتی (MD)*[۲]

۱-دانشکده پزشکی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن، تنکابن، مازندران، ایران

۲- گروه زنان، دانشکده پزشکی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن، تنکابن، مازندران، ایران

دریافت: ۹۸/۶/۱۳، اصلاح: ۹۸/۶/۲۰، پذیرش:۹۸/۶/۲۵

خلاصه

سابقه و هدف: «هم‌زمانی قاعدگی» فرایندی است که در آن شروع چرخه‌ی قاعدگی در افرادی که باهم زندگی می‌کنند بسیار به یکدیگر نزدیک می‌شود. این پرسش مطرح می‌شود که آیا هم‌زمانی قاعدگی ممکن است متأثر از عوامل زیست‌محیطی و اجتماعی مشترک، به‌ویژه غذا، الگوهای زندگی مشابه و دوره‌های استرس مشترک باشد؟ هدف از این مطالعه بررسی ارتباط بین فعالیت‌های مشترک و هم‌زمانی قاعدگی است.

مواد و روش‌ها: این تحقیق توصیفی بر روی دانشجویان دختر خوابگاه دانشگاه آزاد اسلامی تنکابن، ایران در سال ۹۶-۹۷ انجام شد. در این تحقیق نمونه‌گیری به روش در دسترس بوده و اطلاعات مربوطه بر اساس پرسشنامه پژوهشگر ساخته، بر روی ۱۸۲ دانشجو در طی ۶ ماه متوالی از آذر ۹۶ لغایت اردیبهشت ۹۷ به‌صورت ماهیانه جمع‌آوری گردید. ابزار گردآوری داده‌ها پرسشنامه‌ای با ۱۹ گویه بود. روایی به شکل صوری و محتوایی بررسی و پایایی پرسشنامه با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۲۹ محاسبه گردید. تجزیه‌وتحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون‌های توصیفی شامل میانگین، انحراف معیار و فراوانی و آمار استنباطی شامل ضریب همبستگی اسپیرمن و فریدمن و آزمون T با کمک نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۲ انجام شد.

یافته‌ها: در پرسشنامه سه ماه متوالی، همبستگی معناداری بین فعالیت مشترک دانشجویان هم‌اتاقی و هم‌زمانی قاعدگی وجود داشت. درواقع در طول مدتی که گروه‌های موردمطالعه، تحت تأثیر الگوهای مشترک بودند این ارتباط معنادار دیده شد. درحالی‌که با شروع تعطیلات و به هم خوردن روال پارامترهای فعالیت‌های مشترک، ارتباط معناداری یافت نشد.

نتیجه‌گیری: بر اساس این تحقیق بین متغیر «هم‌زمانی قاعدگی» و «فعالیت‌های مشترک» طرح‌شده در پرسشنامه برای سه ماه متوالی، همبستگی معناداری وجود داشت. این بدین معنا است که هر چه فعالیت‌های مشترک بین دانشجویان خوابگاه به‌ویژه صرف غذا، الگوهای زندگی مشابه و ... بیشتر باشد، هم‌زمانی قاعدگی بیشتری دیده می‌شود. نقش فعالیت‌های مشترک در هم‌زمانی قاعدگی بسیار مهم است. فعالیت مشترک حتی از زندگی در مجاورت یکدیگر از اهمیت بیشتری برخوردار است. پیشنهاد می‌شود در مطالعات آتی به این مسئله بیشتر پرداخته شود.

واژه‌های کلیدی: هم‌زمانی قاعدگی – فعالیت مشترک – دانشجوی دختر.

مقدمه

قاعدگی یک فرآیند نرمال و فیزیولوژیک دوران بلوغ محسوب می‌شود. طول مدت سیکل قاعدگی، مدت و مقدار خونریزی به‌طور قابل‌ملاحظه‌ای در زنان طبیعی متفاوت است. هم‌زمانی قاعدگی فرایندی است که ادعا می‌شود، در آن زنانی که در مجاورت هم زندگی می‌کنند، دارای تجربیات هماهنگ چرخه قاعدگی می‌شوند و این حالت درزمانی که از هم جدا زندگی می‌کنند و یا کمتر در کنار هم هستند، دیده نمی‌شود، این تجربه از طرف دخترانی که در مراکز تربیت‌معلم زندگی مشترک طولانی داشته‌اند نیز بازگو شده است، تجربه هم‌زمانی قاعدگی از طرف هم‌کلاسی‌ها یا خواهرانی که در مجاورت یکدیگر زندگی داشته‌اند نیز مورد تجربه قرارگرفته است McClintock ، در سال ۱۹۷۱، اولین مطالعه در مورد هم‌زمانی قاعدگی ۱ را منتشر کرد. (۱) در این مطالعه هم‌زمانی قاعدگی دختران مقطع کارشناسی که در خوابگاهی در Wesley College زندگی می‌کردند موردبررسی قرار گرفت. نویسنده در این مطالعه برای اولین بار نشان داد که تاریخ شروع قاعدگی در دانشجویان این کالج که هم‌اتاقی یا دوست نزدیک بودند به میزان قابل‌توجهی در طی یک دوره ۴ ماهه هم‌زمان شده بود. از آن به بعد بسیاری از پژوهش‌ها به بررسی هم‌زمانی قاعدگی در دانشجویانی که در خوابگاه زندگی می‌کردند (۷ و ۶ و ۵ و ۴ و ۳ و ۲) و در میان دوستان نزدیک (۱۴ و ۱۳ و ۱۲ و ۱۱ و ۱۰ و ۹ و ۸) پرداختند. سه پژوهش در میان دختران ساکن در خوابگاه خصوصی و دو پژوهش در مورد مادر و دختر موردبررسی قرار گرفت. اکثر این مطالعات هم‌زمانی قاعدگی را گزارش کرده‌اند، اما در برخی، هم‌زمانی قاعدگی مشاهده نشده است. در مطالعات دیگری هم‌زمانی قاعدگی در زنان همکار موردبررسی قرار گرفت (۱۹ و ۱۸ و ۱۷ و ۱۶ و ۱۵) اگرچه هنوز نقش فیزیولوژیک کاملاً مشخصی برای غده پینه آل در انسان شناخته‌نشده است بخشی از اعمال هیپوتالاموس که مربوط به تولیدمثل هستند، ممکن است از طریق این غده نیز تحت کنترل مهاری مغز قرار داشته باشند غده‌ی پینه آل به یک عضو فعال

*مسئول مقاله: دکتر ویدا شفتی

آدرس: تنکابن، دانشگاه آزاد اسلامی، دانشکده پزشکی، دپارتمان زنان تلفن:۰۹۸-۱۱۵۴۲۷۱۱۰۵ +

E-mail:vshafti1@gmail.com

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.22088/cjhaa.4.1.66]

نوروآندوکرین تبدیل می‌شود که به محرک‌های نوری و هورمونی پاسخ می‌دهد و ریتم فعالیت شبانه‌روزی (سیرکادین) دارد(۱۱). یکی از آثار احتمالی غده پینه آل، هماهنگ کردن سیکل‌های قاعدگی در زنانی است که باهم زندگی می‌کنند. افزایش چشمگیر هماهنگی زمانی سیکل‌ها، اولین بار در سال ۱۹۷۱ در میان هم‌اتاقی‌ها و دوستان نزدیک در ۴ ماه نخست اقامت در یک خوابگاه دانشجویی زنان گزارش شد. در آن دسته از زنان همکار که شغل آنان مستلزم ارتباط متقابل است (در سطح مساوی یا بالاتر از سطح استرس شغلی) و نیز در خانواده‌های عرب بدوی (که در آن‌ها زنان مهروموم‌ها در کنار هم زندگی می‌کنند) افزایش مشابهی در هماهنگی زمانی سیکل‌ها دیده‌شده است، باوجوداین تلاش در جهت تکرار این نتایج همیشه موفقیت‌آمیز نبوده است. شواهدی وجود دارند که نشان می‌دهند فرومونهای زیر بغل انسان می‌توانند زمان تخمک‌گذاری تحت تأثیر قرار دهند. (۱۱). به طور کلی یافته‌ها در مطالعات مختلف نشان می‌دهد که هم‌زمانی قاعدگی پدیده‌ای است که توسط ارتباطات حسی بین زنان (باواسطه بویایی یا دیگر حواس) رایج است و قرار گرفتن در معرض نشانه‌های زیست‌محیطی، موجب ایجاد آن نمی‌شود. لذا درمجموع، مسئله اصلی پژوهش این است که آیا هم‌زمانی قاعدگی در ایران و در بین دانشجویان خوابگاهی جامعه موردنظر، صدق می‌کند و وجود دارد؟ نقش فعالیت مشترک در این هم‌زمانی قاعدگی چگونه است؟ تناقضات زیادی در مورد مکانیسم هم‌زمانی قاعدگی در دختران وزنان در مطالعات مختلف دیده می‌شود.

در مطالعه McClintock (۱۹۷۱) این پرسش مطرح شد که آیا هم‌زمانی قاعدگی ممکن است درنتیجه تأثیرات زیست‌محیطی مشترک، به‌ویژه مواد غذایی خورده شده در یک اتاق ناهارخوری مشترک، الگوی زندگی مشابه و دوره استرس مشترک باشد. درنتیجه به‌طور تصادفی افراد موردمطالعه را زوج کرده و موردبررسی قرارداد. او نتیجه گرفت که تأثیرات زیست‌محیطی مشترک علت هم‌زمانی قاعدگی نمی‌شود.(۱۸)

در مطالعه جارت، ۱۹۸۴، این فرضیه مطرح شد که زنانی که وابستگی بیشتری دارند و به رابطه خود با دیگران بیشتر اهمیت می‌دهند، بیشتر تحت هم‌زمانی قاعدگی قرار می‌گیرند اما گزارش‌های حاصل از این مطالعه نشان داد که زنان با وابستگی کم با هم‌زمانی قاعدگی بیشتری همراه بودند. او متوجه شد که زنان با توجه به نیازی که به شناخت اجتماعی و تأیید دیگران دارند بیشتر با هم‌زمانی قاعدگی مواجه می‌شوند که این تا حدی با فرضیه او سازگار بود. بااین‌وجود، هم‌زمانی چرخه قاعدگی در گروهی از زنان مطالعه‌ی او دیده نشد. (۱۹ و ۸). در مطالعه Ferreira میگرن قاعدگی در زنانی که باهم زندگی می‌کردند بیشتر از کسانی بود که به تنهایی زندگی می‌کردند. مطالعه حاضر باهدف بررسی ارتباط هم‌زمانی قاعدگی با فعالیت مشترک در خوابگاه دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن انجام‌شده است. اینکه آیا این پدیده وجود دارد؟ مسئله‌ای است که در این پژوهش قصد بر بررسی آن بود. (۲۰)

مواد و روش‌ها

تحقیق حاضر یک تحقیق توصیفی می‌باشد که در طی ۶ ماه متوالی از آذر ۹۶ لغایت اردیبهشت ۹۷ به‌صورت ماهیانه جمع‌آوری گردید. هدف از انتخاب این زمان جهت پژوهش، زمان حداکثر هم‌جواری دانشجویان در خوابگاه بود و مشاهده تأثیر عدم هم‌جواری در تعطیلات فروردین بود. پس از اخذ اجازه از معاون و مدیریت آموزش و مسئول حراست دانشگاه و انجام هماهنگی‌های لازم، فهرستی از تعداد کل دانشجویان خوابگاه به همراه قرارگیری ایشان در هر اتاق از مسئول خوابگاه اتخاذ شد، پس از اخذ مجوز از حراست دانشگاه، بر اساس تعداد دانشجویان در هر طبقه که شامل اتاق‌های ۴ نفره؛ ۶ نفره و ۸ نفره بود، پرسشنامه توزیع گردید.

در این مطالعه افراد به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب گردیدند و سپس در طول ۶ ماه متوالی به‌صورت ماهیانه اطلاعات مربوط به تاریخ قاعدگی افراد جمع‌آوری شد. در انجام این مطالعه موازین اخلاقی رعایت شده و اطلاعات افراد پرسش‌شونده محرمانه حفظ‌شده است.

معیارهای ورود عبارت بودند از: دختران ۱۹ تا ۲۶ ساله مجرد ساکن خوابگاه بوده و معیارهای خروج از این مطالعه: شامل: استفاده از داروهای خاصی ازجمله: قرص‌های ضدبارداری و داروهای حاوی هورمون و داروهای اعصاب و روان و اپیوم بود. برای گردآوری اطلاعات از دو روش کتابخانه‌ای و میدانی استفاده گردید. جمع‌آوری اطلاعات در این تحقیق از طریق پرسش‌نامه صورت گرفته شد. ابزار گردآوری اطلاعات پرسشنامه و مصاحبه بود. در این پژوهش، پرسشنامه‌ای محقق ساخته حاوی ۱۹ سؤال بود. در این پژوهش برای تعیین روایی از روایی محتوایی کیفی استفاده شد برای این منظور از پرسشنامه ویژگی فعالیت مشترک دانشجویان در خصوص بررسی هم‌زمانی قاعدگی دختران ساکن در خوابگاه دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن از نظرات اصلاحی متخصصان مربوطه و مشاورین استفاده‌شده است که پس از بررسی کیفی ابزار، بازخورد لازم را ارائه دادند و بر اساس آن موارد اصلاح شد.

اطلاعات داده‌های شاخص فعالیت مشترک بر اساس مقیاس لیکرت وارد نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۲ و ضریب آلفای کرونباخ قابل‌قبول ۰/۷۲۹ محاسبه گردید. سپس پرسشنامه بر اساس مقیاس لیکرت بر اساس واحد کمی (کم، خیلی کم، بی‌نظر، زیاد، خیلی زیاد) به ترتیب از امتیاز یک تا پنج می‌باشد که شامل مؤلفه‌های ویژگی نمره‌ای است که شامل گویه های (۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶، ۷، ۸، ۹، ۱۰، الی، ۱۹) شامل مشخصات، ویژگی‌های فردی (سن، سن اولین قاعدگی، تاریخ شروع آخرین قاعدگی، علائم چرخه دوره قاعدگی، شاخص‌های فعالیت مشترک دانشجویان) ساکن در خوابگاه دانشجوئی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن از پرسشنامه هست. سؤالات « فعالیت مشترک» شامل: میزان صمیمیت هم‌اتاقی‌ها، صرف غذا با یکدیگر، مطالعات، گردش، خریدهای مشترک، هم‌کلاسی بودن، مشارکت در تمیز کردن اتاق و ورزش مشترک بود.

در ابتدا گزینه‌های سؤالات ۱۰ تا ۱۹ را که به‌صورت طیف لیکرت هستند، امتیازبندی کرده بدین ترتیب که بسیار زیاد = ۵، زیاد = ۴، بی‌نظر = ۳، کم = ۲، بسیار کم = ۱ کدگذاری گردید. سپس داده‌های کمی تبدیل به اعداد شدند و ازآنجایی‌که شاخص «فعالیت مشترک هم‌اتاقی‌ها» برگرفته از برآیند چند سؤال پرسشنامه است، مجموع امتیازات سؤالات مرتبط را که به شیوه فوق کدگذاری شده‌اند، محاسبه شد. بدین ترتیب به یک رشته از اعداد رسیده شد و هر عضو نمونه که امتیاز ۳۰ و بیشتر را کسب نمود فعالیت مشترک داشت و کد ۲ را به آن اختصاص داده شد و هر عضو نمونه که امتیاز کمتر از ۳۰ را کسب کند «فعالیت مشترک» نداشتند و کد ۱ را به آن اختصاص داده شد. برای متغیرهای کمی میانگین و انحراف معیار و برای متغیرهای کیفی فراوانی و درصد فراوانی تعیین

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-19]
[DOI: 10.22088/cjhaa.4.1.66]

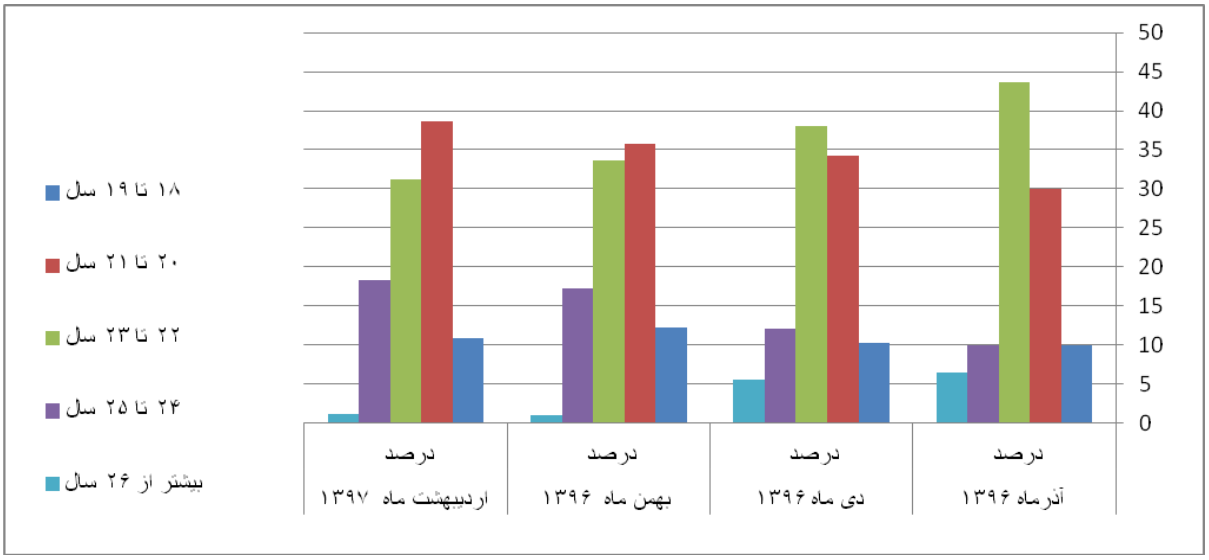
شد. در این تحقیق برای بررسی همبستگی بین این متغیرها از ضریب همبستگی اسپیرمن استفاده شد. با توجه به ماتریس همبستگی درصورتی‌که مقدار معنی‌داری برای دو متغیر کمتر از ۰،۰۵ بود به این معنی بود که ضریب همبستگی بین این دو متغیر معنی‌دار بوده و دو متغیر از همبستگی بالایی برخوردار بودند.

یافته‌ها

تحقیق انجام‌شده، یک تحقیق توصیفی بوده که در سال ۹۶-۹۷ که در خوابگاه دانشگاه آزاد اسلامی تنکابن انجام‌شده است، در این مطالعه نمونه‌گیری به روش در دسترس بوده و اطلاعات مربوطه بر اساس پرسشنامه پژوهشگر ساخته, بر روی ۱۸۲ دانشجو در طی ۶ ماه متوالی از آذر ۹۶ لغایت اردیبهشت ۹۷ به‌صورت ماهیانه جمع‌آوری گردید. در نمودار ۱ فراوانی سن دانشجویان موردمطالعه در ماه‌های آذر و دی و بهمن و اردیبهشت نشان داده‌شده است با توجه به تعطیلات فرودین این محاسبه انجام نشد.

توصیف پاسخگویان برحسب فعالیت‌های مشترک: در جدول ۱ فراوانی و درصد فراوانی پاسخگویان برحسب فعالیت‌های مشترکشان آمده است. سؤالات فعالیت مشترک شامل: میزان صمیمیت هم‌اتاقی‌ها، صرف غذا با یکدیگر, مطالعات, گردش, خریدهای مشترک, هم‌کلاسی بودن، مشارکت در تمیز کردن اتاق و ورزش مشترک بود. با توجه به جدول ۱ به‌طور نمونه از کل پاسخگویان به پرسش‌نامه آذرماه (تعداد ۱۱۰ نفر)، تعداد ۴۰ نفر یعنی ۳۶/۴ درصد آن‌ها فعالیت مشترک ندارند و تعداد ۷۰ نفر یعنی ۶۳/۶ درصد آن‌ها فعالیت مشترک دارند. با توجه به جدول ۲، به‌طور نمونه از کل پاسخگویان به پرسش‌نامه آذرماه (تعداد ۱۱۰ نفر)، تعداد ۱۷ نفر یعنی ۱۵/۵ درصد آن‌ها، عضو گروه هم‌زمان (در همان روز)، ۱۵ نفر یعنی ۱۳،۶ درصد عضو گروه یکتا سه روز (قبل و بعد)، ۴۰ نفر یعنی ۳۶/۴ درصد عضو گروه سه تا پنج روز (قبل و بعد)، ۳۳ نفر یعنی ۳۰ درصد عضو گروه بیشتر از پنج روز (قبل و بعد) بوده‌اند و ۵ نفر یعنی ۴/۵ درصد در این زمینه اظهار بی‌اطلاعی کردند. در نمودار ۳ همزمانی قاعدگی درطی ۴ ماه آذر و دی و بهمن و اردیبهشت ۹۶ نشان داده شد. در پرسشنامه‌های آذر، دی و بهمن‌ماه ۱۳۹۶، بین گروه‌های مختلف دانشجویان برحسب اینکه فعالیت مشترک دارند یا خیر، ازنظر همزمانی قاعدگی تفاوت معناداری وجود داشت.

به‌عنوان‌مثال برای پرسشنامه آذرماه، چون سطح معناداری آماری F آزمون لون (۰/۰۰۳) کوچک‌تر از سطح آزمون (۰/۰۵) است، فرض برابری واریانس‌ها پذیرفته‌نشده و آزمون t انجام‌شده بر اساس فرض نابرابری واریانس‌ها مورداستفاده قرارگرفته شد. با توجه به اینکه سطح معناداری آماره‌ی t ارائه‌شده در جدول مزبور (۰/۰۰۰) کوچک‌تر از سطح خطای آزمون (۰/۰۵) است، با اطمینان حداقل ۹۵ درصد می‌توان فرضیه‌ی عدم ارتباط بین همزمانی قاعدگی و فعالیت‌های مشترک را رد کرد؛ بنابراین بین گروه‌های مختلف دانشجویان برحسب اینکه فعالیت مشترک دارند یا خیر، ازنظر همزمانی قاعدگی تفاوت معناداری وجود داشت.



نمودار ۱. سن دانشجویان مورد مطالعه در ماه های مختلف

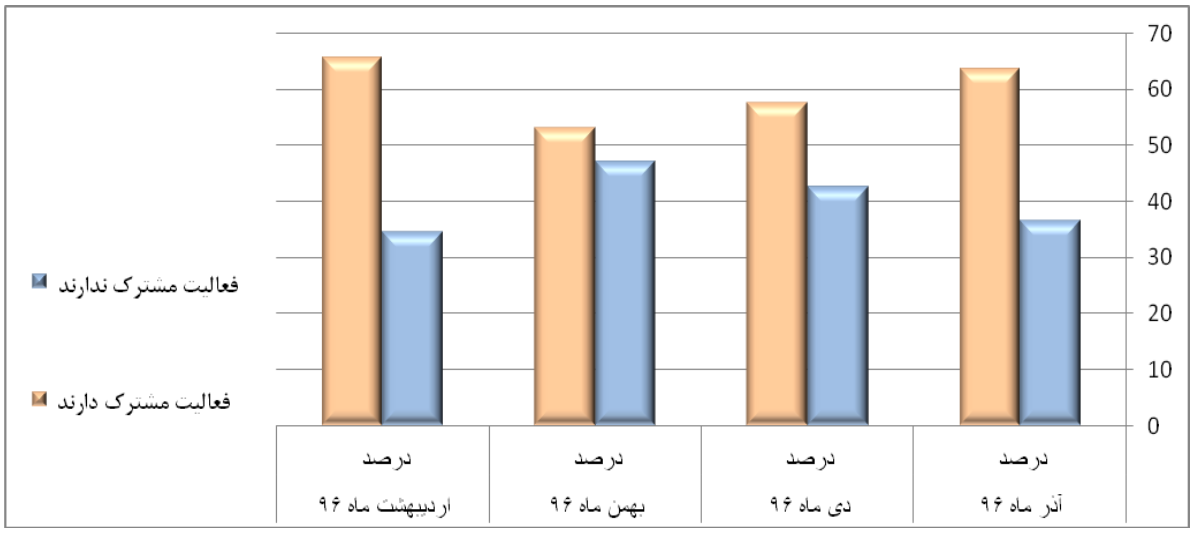
جدول ۱. توصیف پاسخگویان برحسب فعالیت‌های مشترک

فعالیت مشترک	کد پرسشنامه	آذرماه ۱۳۹۶		دی‌ماه ۱۳۹۶		بهمن‌ماه ۱۳۹۶		اردیبهشت‌ماه ۱۳۹۷	
		فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد
فعالیت مشترک ندارند	۱	۴۰	۳۶/۴	۴۶	۴۲/۶	۴۶	۴۶/۹	۳۲	۳۴/۴
فعالیت مشترک دارند	۲	۷۰	۶۳/۶	۶۲	۵۷/۴	۵۲	۵۳/۱	۶۱	۶۵/۶
مجموع	–	۱۱۰	۱۰۰	۱۰۸	۱۰۰	۹۸	۱۰۰	۹۳	۱۰۰

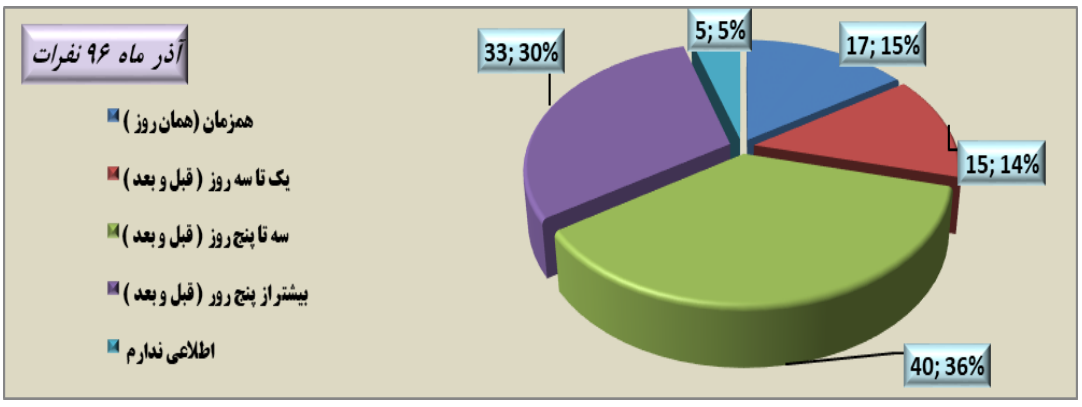
[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-19]
[DOI: 10.22088/cjhaa.4.1.66]

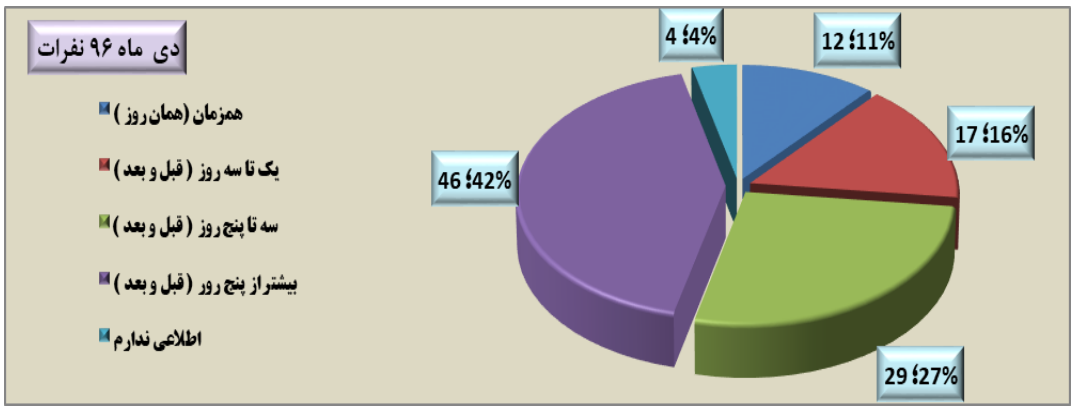
جدول ۲. توصیف پاسخگویان برحسب هم‌زمانی قاعدگی

زمان قاعدگی	کد پرسشنامه	آذرماه ۱۳۹۶		دی‌ماه ۱۳۹۶		بهمن‌ماه ۱۳۹۶		اردیبهشت‌ماه ۱۳۹۷	
		فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد
هم‌زمان (در همان روز)	۱	۱۷	۱۵،۵	۱۲	۱۱/۱	۱۲	۱۲/۲	۹	۹/۷
یک تا سه روز (قبل و بعد)	۲	۱۵	۱۳/۶	۱۷	۱۵/۷	۸	۸/۲	۸	۸/۶
سه تا پنج روز (قبل و بعد)	۳	۴۰	۳۶/۴	۲۹	۲۶/۹	۲۱	۲۱/۴	۳۰	۳۲/۳
بیشتر از پنج روز (قبل و بعد)	۴	۳۳	۳۰	۴۶	۴۲/۶	۴۵	۴۵/۹	۴۲	۴۵/۲
اطلاعی ندارم	۵	۵	۴/۵	۴	۳/۷	۱۲	۱۲/۲	۴	۴/۳
مجموع	–	۱۱۰	۱۰۰	۱۰۸	۱۰۰	۹۸	۱۰۰	۹۳	۱۰۰

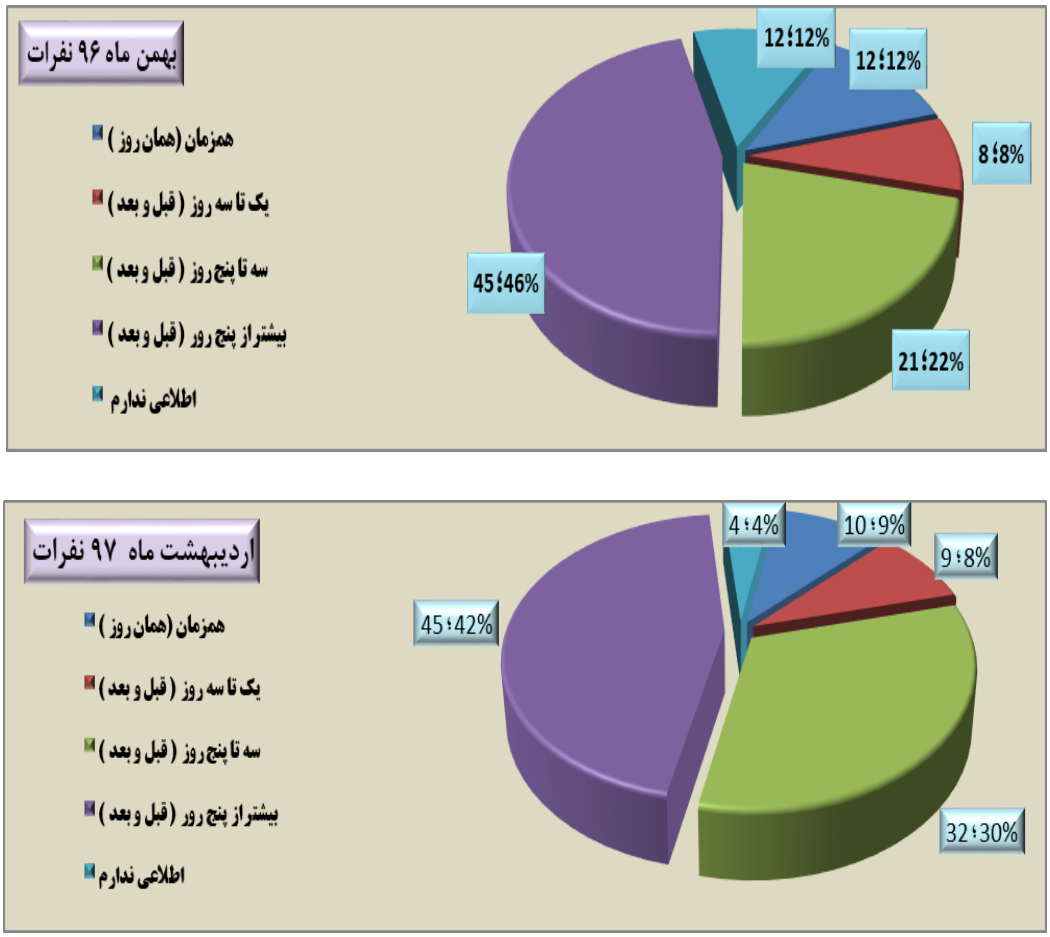


نمودار ۲. نمودار فعالیت مشترک در دانشجویان خوابگاه





[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-19]
[DOI: 10.22088/cjhaa.4.1.66]



نمودار۳. همزمانی قاعدگی بر اساس ماه

جدول ۳. آزمون t گروه‌های مستقل برای فعالیت مشترک و همزمانی قاعدگی

متغیرهای تحقیق (فعالیت مشترک)		آزمون لون برای برابری واریانس‌ها		آزمون t برای برابری میانگین‌ها			
		F	سطح معناداری	t	سطح معناداری	اختلاف میانگین‌ها	خطای معیار
پرسشنامه آذرماه ۱۳۹۶	فرض برابری واریانس‌ها	۹/۰۰۷	۰/۰۰۳	-۳/۹۳۷	۰/۰۰۰	-۰/۸۱۸	۰/۲۰۸
	فرض نابرابری واریانس‌ها			-۳/۶۷۱	۰/۰۰۰	-۰/۸۱۸	۰/۲۲۳
پرسشنامه دی‌ماه ۱۳۹۶	فرض برابری واریانس‌ها	۰/۴۶۰	۰/۴۹۹	-۲/۱۰۷	۰/۰۳۸	-۰/۴۳۷	۰/۲۰۷
	فرض نابرابری واریانس‌ها			-۲/۱۲۸	۰/۰۳۶	-۰/۴۳۷	۰/۲۰۵
پرسشنامه بهمن‌ماه ۱۳۹۶	فرض برابری واریانس‌ها	۰/۲۱۱	۰/۴۶۷	-۲/۱۶۱	۰/۰۳۳	-۰/۵۰۷	۰/۲۳۴
	فرض نابرابری واریانس‌ها			-۲/۱۵۳	۰/۰۳۴	-۰/۵۰۷	۰/۲۳۵
پرسشنامه اردیبهشت‌ماه ۱۳۹۷	فرض برابری واریانس‌ها	۰/۷۵۹	۰/۳۸۶	-۰/۶۹۵	۰/۴۸۹	۰/۱۵۵	۰/۲۲۳
	فرض نابرابری واریانس‌ها			-۰/۷۰۷	۰/۴۸۲	-۰/۱۵۵	۰/۲۲۰

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-19]
[DOI: 10.22088/cjhaa.4.1.66]

بحث و نتیجه‌گیری

همزمانی قاعدگی فرایندی است که در آن شروع چرخه‌ی قاعدگی در افرادی که باهم زندگی می‌کنند بسیار به یکدیگر نزدیک می‌شود. این پرسش مطرح می‌شود که آیا همزمانی قاعدگی ممکن است متأثر از عوامل زیست‌محیطی و اجتماعی مشترک. به‌ویژه غذا، الگوهای زندگی مشابه و دوره‌های استرس مشترک باشد. هدف از این تحقیق بررسی ارتباط بین فعالیت‌های مشترک و همزمانی قاعدگی است. در این تحقیق همبستگی همزمانی قاعدگی با فعالیت‌های مشترک مورد بررسی قرار گرفت. اولین تحقیق در سال ۱۹۷۱، توسط McClintock، در مورد همزمانی قاعدگی انجام شد. در این بررسی همزمانی قاعدگی دختران مقطع کارشناسی به میزان قابل‌توجهی در طی یک دوره چهارماهه همزمان‌شده بود. از آن به بعد، تحقیقات متعددی در مورد همزمانی قاعدگی در دانشجویان ساکن خوابگاه و دوستان نزدیک انجام شد. سه تحقیق در میان دختران ساکن در خوابگاه خصوصی و دو تحقیق در دو گروه مادر دختر انجام شد. اکثر این تحقیقات همزمانی قاعدگی را گزارش نمودند. اما, در برخی از این تحقیقات. چنین نتیجه‌ای حاصل نگردید. در تحقیق دیگری همزمانی قاعدگی در زنانی که باهم کار می‌کردند موردبررسی قرار گرفت.

در تحقیق Jarett، ۱۹۸۴، این فرضیه مطرح شد که همزمانی قاعدگی با وابستگی زنان به یکدیگر مرتبط است، اما گزارش‌های حاصل از این مطالعه نشان داد که زنان با وابستگی کم همزمانی قاعدگی بیشتری را نشان دادند. او متوجه شد که زنان با توجه به نیازی که به شناخت اجتماعی و تأیید دیگران دارند بیشتر با همزمانی قاعدگی مواجه می‌شوند که این تا حدی با فرضیه او سازگار بود. بااین‌وجود، همزمانی چرخه قاعدگی در گروهی از زنان موردمطالعه‌ی او دیده نشد. تحقیق ما همبستگی همزمانی قاعدگی را با فعالیت‌های مشترک نشان داده است. به‌این‌ترتیب مشخص گردید که فعالیت‌های مشترک و در کنار هم بودن, نسبت به وابستگی در همزمانی قاعدگی از اهمیت بیشتری برخوردار است.

در مطالعه Weller, همزمانی قاعدگی بین دو گروه, گروه اول مادر و دختر و گروه دوم هم‌اتاقی‌ها موردبررسی قرار گرفت. گروه هم‌اتاقی‌ها خود شامل دو زیرمجموعه بودند، زنان با یک اتاق مشترک در محل اقامتگاه خصوصی و زنان با یک اتاق مشترک در یک خوابگاه. در این مطالعه همزمانی قاعدگی در هم‌اتاقی‌های مستقر در اقامتگاه خصوصی به‌طور قابل‌توجهی بیش از هم‌اتاقی‌های مستقر در خوابگاه مشاهده شد. یافته‌های این مطالعه بامطالعه انجام‌شده ما همخوانی دارد ولی فعالیت‌های مشترک را به‌صورت جداگانه ارزیابی نکرده‌اند, به این معنا که علاوه بر هم‌اتاقی بودن, فعالیت‌های مشترک نیز در همزمانی قاعدگی اهمیت بسزایی دارد. در مطالعه Fahs نشان داده شد که زنان به‌صورت غافلگیرکننده‌ای باور دارند که همزمانی قاعدگی آن‌ها در مورد خودشان در (۹۵٪) و برای دیگران در (۹۰٪) موارد رخ می‌دهد. در مطالعه Yang، همزمانی قاعدگی یک رویداد تصادفی گزارش‌شده است، اما تحقیق ما نشان داد که نه‌تنها همزمانی قاعدگی تصادفی نیست و با فعالیت‌های مشترک و در کنار هم بودن مرتبط است، بلکه با شروع تعطیلات عید و لاجرم جدا شدن افراد موردمطالعه این همزمانی دیده نشد. در مطالعه Ziomkiewicz که به مدت پنج ماه در مورد دانشجویان ساکن خوابگاه در لهستان انجام شد, همزمانی قاعدگی گزارش نشد. درصورتی‌که در تحقیق ما این همزمانی و ارتباط آن با فعالیت مشترک و در کنار هم بودن نشان داده شد. در هیچ‌کدام از تحقیقات و مطالعات انجام‌شده تأثیر فعالیت‌های مشترک بر همزمانی قاعدگی انجام نشد و این تحقیق حاضر از این نظر منحصربه‌فرد هست.

بر اساس این تحقیق، بین متغیر همزمانی قاعدگی و فعالیت‌های مشترک مطروحه در پرسشنامه برای سه ماه متوالی، همبستگی معناداری وجود داشت. این خود بدین معنا است که فعالیت‌های مشترک بین گروه‌های موردمطالعه به‌ویژه صرف غذا, الگوهای زندگی مشابه و ... . از عوامل مؤثر در این همزمانی بوده است. پیشنهاد می‌شود، همزمانی قاعدگی در دو گروه دانشجویان هم‌اتاقی با فعالیت مشترک و دانشجویان هم‌اتاقی بدون فعالیت مشترک موردتحقیق و مطالعه قرار گیرند.

تقدیر و تشکر

این مقاله از پایان‌نامه دکتر شیوا سره با شماره کد ۱۵۹۱۰۱۰۱۹۶۱۰۱۱ اقتباس‌شده است و در تابستان سال ۱۳۹۷ مورد دفاع قرارگرفته و استاد راهنما دکتر ویدا شفتی بوده است. مراتب قدردانی را از مسئولین دانشگاه آزاد اسلامی تنکابن ابراز می‌داریم. در این مطالعه از هیچ منبع حمایت مالی استفاده نشده و فاقد هرگونه تعارض می‌باشد.

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.22088/cjhaa.4.1.66]

Relationship between common activities and menstrual synchrony in female students residing in dormitory

S. Sareh (MD) [1], V. Shafti (MD) [*2]

1.Medical faculty,Islamic azad university of tonekabon, Tonekabon, Mazandaran, Iran, I.R.Iran

2. Gynecology department, Medical faculty, Islamic azad university of tonekabon, Tonekabon, Mazandaran, I.R.Iran

Caspian Journal of Health and Aging; 4(1); Spring & summer 2019; PP:66-73
Received: Sep 4th 2019, Revised: Sep 11th 2019, Accepted: Sep 16th 2019.

ABSTRACT

BACKGROUND AND OBJECTIVE: The menstrual synchrony is a process in which the onset of a menstrual cycle is very close in people living together. The question is arisen whether menstrual synchrony can be affected by common environmental and social factors, especially food, similar life patterns and common stress periods. The aim of this study was to investigate the relationship between menstrual synchrony and common activities.

METHODS: This descriptive study was conducted on 182 female students residing in dormitory of Islamic Azad University of Tonekabon-Iran in 2017-2018. In this study, sampling method was available and relevant information was collected using a researcher-made questionnaire on a monthly basis during 6 consecutive months from November 2017 to May 2018. This questionnaire included 19 items. Face and content validity of the questionnaire was assessed and its reliability was 0.729 based on Cronbach's alpha coefficient. The data were analyzed via descriptive statistics including mean, standard deviation and frequency as well as inferential statistics such as Spearman and Friedman's correlation coefficient and T-test using SPSS 22.

FINDINGS: According to the findings, there was a significant correlation between the activities of student roommates and menstrual synchrony in three consecutive months. In fact, the significant relationship was observed during a short time when the studied groups were influenced by similar patterns. However, no significant relationship was found with the starting of holidays and disruption of ongoing factors of common activities.

CONCLUSION: The results showed that there was a significant relationship between menstrual synchrony and common activities stated in questionnaire during three consecutive months. It means that the more common activities (especially consumption of food, similar life patterns and so on) are, the more menstrual synchrony is observed. The role of common activities is crucial in menstrual synchrony. Common activities are even more important than living together, hence; further studies should be performed in this field.

KEY WORDS: *Menstrual synchrony, Common activities, Female student.*

Please cite this article as follows:

Sareh S, Shafti V. Relationship between common activities and menstrual synchrony in female students residing in dormitory. cjhaa.2019;4(1):66-73.

***Corresponding author: vida Shafti (MD)**
Address: Islamic azad university of tonekabon, Tonekabon,mazandaran, I.R.Iran
Tel: +98 1154271105
E-mail: vshafti1@gmail.com

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.22088/cjhaa.4.1.66]

References

1. McClintock MK. Menstrual synchrony and suppression. Nature. 1971; 229(5282): 244–45.

2.Ali TS, Rizvi SN. Menstrual knowledge and practices of female adolescents in urban Karachi. Pakistan. J Adolesc. 2010;33(4):531-41.

3.Cutler WB, Preti G, Huggins GR, Erickson B, Garcia CR. Sexual behavior frequency and biphasic ovulatory type menstrual cycles. Physiol Behav. 1985;34(5):805-10.

4.Cutler WB, Preti G, Krieger A, Huggins GR, Garcia CR, Lawley HJ. Human axillary secretions influence women's menstrual cycles: Therole of donor extract from men. Horm Behav. 1986;20(4):463-73.

5.Fahs B. Demystifying Menstrual Synchrony: Women's Subjective Beliefs About Bleeding in Tandem With Other Women. Women's Reproductive Health. 2016;3:1-15.

6.Graham C, McGrew W. Menstrual synchrony in female undergraduates living on a coeducational campus. Psychoneuroendocrinology. 1980;5(3):245-52.

7.Jarett LR. Psychosocial and biological influences on menstruation: synchrony, cycle length, and regularity. Psychoneuroendocrinology. 1984;9(1): 8-21.

8.Knight C. Blood relations: Menstruation and the origins of culture. Hilton:Yale University Press;2013.

9. Ziomkiewicz, A. Menstrual Synchrony: Fact or Artifact? Hum Nat. 2006;17(4):419-32.

10.Marc A. Fritz, leon speroff. clinical gynecologic endocrinology and infertility. Alphen aan den Rijn: wolters kluwer; 2016.

11.Quadagno DM, Shubeita HE, Deck J, Francoeur D. Influence of male social contacts, exercise and all-female living conditions on the menstrual cycle. Psychoneuroendocrinology. 1981;6(3):229-37.

12.Rees M. Presence or absence of menstruation in young girls. Ann NY Acad Sci. 2006;1092:57- 65.

13.Setchell J M, Kendal J R, Tyniec P. Do non-human primates synchronise their menstrual cycles?. A test in mandrills. Psychoneuroendocrinology. 2011;36(1)51-9.

14.Weller A, Weller L. Menstrual synchrony between mothers and daughters and between roommates. Physiol Behav. 1993;53(5):943-9.

15.Weller A, Weller L. Menstrual synchrony in female couples. Psychoneuroendocrinology. 1992;17(2-3):171-7.

16.Weller A, Weller L. Menstrual synchrony under optimal conditions: Bedouin families. J Comp Psychol. 1997;111(2):143-51.

17.Weller L, Weller A, Koresh-Kamin H, Ben-Shoshan R. Menstrual synchrony in a sample of working women. Psychoneuroendocrinology. 1999;24(4):449-59.

18.Weller L, Weller A. Multiple influences on menstrual synchrony: kibbutz roommates, their best friends, and their mothers. Am J Hum Biol.1993;5(2):173-79.

19.Yang, Zh, Schank J. Women Do Not Synchronize, Their Menstrual Cycles. Hum Nat. 2006;17(4):433-47.

20. Ferreira KS1, Guilherme G, Faria VR, Borges LM, Uchiyama AA. Women living together have a higher frequency of menstrual migrane. Headache. 2017. 2017 Jan;57(1):135-42.

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.22088/cjhaa.4.1.66]